



15. Närrischer Äsel begeistert im Kulturzentrum Hardtberg



Das Kulturzentrum Hardtberg stand am Abend des 10. Februar ganz im Zeichen des rheinischen Karnevals: Der „Närrische Äsel“ der Hardtberger Senatoren lockte zahlreiche Besucherinnen und Besucher an und machte den Stadtbezirk einmal mehr zum jekken Mittelpunkt. Sitzungspräsident Richard Recker führte mit Charme, Humor und großer karnevalistischer Erfahrung souverän durch ein abwechslungsreiches Programm. Die gelungene Moderation trug maßgeblich dazu bei, dass der Abend durchweg von bester Stimmung geprägt war. Ein besonderer Höhepunkt war der Besuch des Bonner Prinzenpaares. Bonner Prinzenpaar sorgte mit jekker Präsenz und Ausstrahlung für echte Session-Atmosphäre und begeisterte das Publikum im voll besetzten Saal. Für den musikalischen Rahmen zeichnete Kilian Knott verantwortlich. Mit seiner Saalmusik

Fortsetzung auf Seite 2

Haben Sie auch
Preis-Schmerz?
Das ist bei uns **kein Thema!**

Lassen Sie sich bei
uns beraten und tragen
Sie ein auf Sie
angepasstes Hörgerät
KOSTENLOS zur Probe!

**Hörgeräte
nicht bei uns
gekauft?**

Kein Problem, wir
sind gerne trotzdem
für Service, Wartung
und Reinigung für
Sie da!

BARDONG 
Hörakustik ...bestes Hören!

Rochusstraße 230-234 | 53123 Bonn
Telefon 0228 50446980 | www.bardong-hoerakustik.de

Fortsetzung der Titelseite

schuf er von Beginn an die passende Stimmung und begleitete das Programm professionell und stimmungsvoll.

Auch das Bühnenprogramm ließ keine Wünsche offen. Mit dabei waren unter anderem Feuerwehrmann Kresse, der mit gewohnt treffsicherem Humor überzeugte, sowie die Lessenicher

Sterne, die mit einer beeindruckenden Darbietung einen echten Hingucker boten. Für musikalische und jecke Energie sorgten Trööt und Flitsch, während die TSV Legends of Dance mit einer kraftvollen Choreografie begeisterten. Kölsch-humorige Töne brachte Handwerker Peters auf die Bühne, bevor De Anjeschwemnte den Abend musikalisch stimmungsvoll ausklingen

ließen. Ein herzlicher Dank gilt allen Mitwirkenden, den zahlreichen Helferinnen und Helfern sowie den Gästen, die diesen Abend mit Leben gefüllt haben. Veranstaltungen wie der „Närrische Äsel“ zeigen eindrucksvoll, wie stark der Karneval den Stadtbezirk Hardtberg verbindet und das Miteinander fördert.

Hardtberg Alaaf! Bonn Alaaf!



32. Närrischer Löwe geht an Männerballett der Prinzengarde Weiß-Rot-Röttgen

Mit dem Närrischen Löwen 2026 hat Oberbürgermeister Guido Déus am Karnevalsdienstag, 17. Februar, die Tanzgruppe „Bodo und die Ballermänner“ ausgezeichnet. Er überreichte die Ehrung beim traditionellen Karnevalsempfang der Stadt Bonn im Alten Rathaus.



Glückwunsch zum 32. Närrischen Löwen: OB Guido Déus gratuliert der Tanzgruppe „Bodo und die Ballermänner“ der Prinzengarde Weiß-Rot-Röttgen. Foto: Sascha Engst/Bundesstadt Bonn

Mit dem Empfang bedankt sich die Stadt Bonn traditionell bei Prinzenpaaren, Tollitäten, Kinderprinzenpaaren und Vertreter*innen der Festausschüsse stellvertretend für alle Aktiven im Karneval für ihr ehrenamtliches Engagement für das Bönnsche Brauchtum. „Im Namen der

Stadt Bonn danke ich allen, die sich vor und hinter den Kulissen unermüdlich engagieren und den Faseltelovend so bunt und vielfältig gestalten. In dieser Session haben wir auch 200 Jahre Bonner Karneval gefeiert.

Dass dieses Brauchtum nach

so vielen Jahren noch immer bunt und lebendig ist, wäre kaum vorstellbar ohne diejenigen, die den Hut, oder in diesem Fall eher die Mütze, aufhaben und die Verantwortung für das bunte Treiben tragen“, sagte OB Guido Déus in seiner Begrüßung. Nachdem der OB ein letztes Mal für diese Session dem Prinzenpaar sowie Festausschuss-Präsidentin Marlies Stockhorst das Wort erteilt hatte, marschierten die Preisträger des 32. Närrischen Löwen auf: die Tanzgruppe „Bodo und die Ballermänner“, das Männerballett der Prinzengarde Weiß-Rot-Röttgen. Die Entscheidung der Jury ist begründet in der Ursprünglichkeit der Gruppe. „Von jeher ist eines der Charakteristika des Karnevals, über sich selbst lachen zu können und anderen eine Freude zu machen.

Dies verkörpert die Gruppe mit allen Männern sowie den Trainerinnen und Trainern auf das Beste“, sagte der

OB in seiner Laudatio. Die Jury beeindruckte auch die Beständigkeit der Gruppe, die schon vor 30 Jahren gegründet wurde, ebenso, dass sie häufig unentgeltlich oder für ganz kleines Geld auftreten und somit das Publikum unabhängig vom Budget begeistern.

Über den Närrischen Löwen

Seit 1993 werden in jeder Session Menschen aus Bonn, die sich besonders im Bönnschen Karneval engagieren, bei einem Empfang am Karnevalsdienstag mit dem „Närrischen Löwen der Stadt Bonn“ ausgezeichnet. Die Arbeitsgemeinschaft Beueler Weiberfastnacht sowie die Festausschüsse aus Bonn, Bad Godesberg und LiKüRa machen jedes Jahr einen Vorschlag. Die Ausgezeichneten erhalten einen Plüschlöwen des international agierenden „World Wide Fund For Nature“. Damit verbunden ist eine Spende an die Naturschutzorganisation.

ANZEIGEN · PROSPEKTEVERTEILUNG DRUCKE · WEB-AUFTRITTE · FILM

Rufen Sie mich an und vereinbaren Sie einen Termin mit mir.



Wir rücken Ihre Produkte und Dienstleistungen, die gesamte Leistungsfähigkeit Ihres Unternehmens, individuell nach Ihren Wünschen, ins richtige Licht.

ZEITUNG Lokaler geht's nicht. **DRUCK** Satz.Druck.Image. **WEB** 24/7 online. **FILM** Perfekter Drehmoment.



MEDIENBERATERIN
Stefanie Atan

FON 02644 80191
MOBIL 0171 1876924
E-MAIL st.atan@rautenberg.media

4 tolle Konzerte von Rock Times Production (www.rtp-bonn.de) im März



Grobschnitt



Edenbridge



Bernard Allison



Colosseum

1. März : PILDRIVER
Status Quo Tribute Konzert Bonn, Harmonie fällt wegen geringen Interesse aus!

6. März: GROBSCHNITT
„Acoustic Party“, Bonn, Harmonie Beginn: 19.00 Uhr. Bestuhlt
Ein GROBSCHNITT Konzert in Bonn darf nicht fehlen. Neben „Lupo“-git. mit dabei Sänger, Gitarrist „Willi Wildschwein“ sowie sein Sohn „Nuki“ Gitarre + Percussion, die mit ihrer allerfeinsten Gitarrenkunst bei den bisherigen Konzerten in der Harmonie frenetisch von ihren Fans gefeiert wurden. Die „Grobschnitt Acoustic Party“ ist eine fast 3-stündige emotionale Reise inkl. Pause durch die mittlerweile 55-jährige Musikgeschichte der Band mit vielen bekannten Song-Klassikern der Alben von 1972 bis 1989. Darunter auch Kompositionen, welche die

Band noch nie oder nur selten live gespielt hat. Mit im Programm sind natürlich auch die beiden Long-Tracks „Solar Music“ und „Rockpommel's Land“, die bekanntlich bei keinem Grobschnitt-Auftritt fehlen dürfen.

12. März: EDENBRIDGE
Support: FLOWERLEAF (D.), MIRACLE FLAIR (CH.). Siegburg, Kubana Zeithstr. 100 Beginn: 19.30 Uhr
Nachdem Österreichs beste Symphonic Metal Band EDENBRIDGE 2024 ausgiebig ihr 25 jähriges Jubiläum gefeiert haben, warten sie im Januar 2026 wieder mit einem neuen Album auf: „Set The Dark On Fire“. Mit diesem Werk bleibt sich die Band stilistisch absolut treu, haben aber im Verbund mit Produzent Karl Groom (u.a. THRESHOLD) an einigen Stellschrauben gedreht. Das Ergebnis ist die bis dato energetischste, härteste und zugleich melodischste CD ihrer gesamten Historie. Im März 2026 sind sie dann auf Tour und werden mit 2 weiteren Symphonic Metal Bands auch wieder in Siegburg, Kubana spielen und viele neue Stücke präsentieren.

29. März: COLOSSEUM - „Out In The Fields Tour 2026“
Köln, Stollwerck, Dreikönigenstr. 23 Beginn: 20.00 Uhr
Ja, es gibt sie noch die berühmte englische Prog/Rock Band COLOSSEUM, die in den 70er Jahren ihren Höhepunkt erlebte. Chris Farlowe-voc., Clem Clempson-git., Mark Clarke-bs haben sie entschieden nach Bandgründer Jon Heisemanns -dr Tod weiterzumachen und 2025 erschien sogar ein neues Album mit „XI“, das alle Fans begeistert hat mit tollen Stücken wie „Not Getting Through“ oder „Won't Be Satisfiesfield“. Mit dieser CD und Klassikern wie z.B. „Lost Angeles“ oder „Valentyne Suite“ werden sie 2026 wieder auf Tournee gehen und am 29.3. in Köln Stollwerck spielen. (Rest der Band Mal-

com Mortimore-dr., Nick Steed-key, Kim Nishikawara-sax. Alle seit 2020 dabei) Hier können ihre Fans noch einmal eine der großen Rock/Blues Bands erleben, wer weiss, wie lange noch in diesem Line up?

31. März: BERNARD ALLISON - „Luther's Blues Tour 2026“
Bonn, Harmonie Beginn: 20.00 Uhr
BERNARD ALLISON ist das jüngste von 9 Kindern der Blues Legende Luther Allison.(der mit 58 Jahren 1997 leider viel zu früh verstorben ist) Er wird diesmal ein ganz besonderes Album featuren, „Luthers Blues“ mit

der Musik seines Vaters. (eine Zusammenstellung aller 20 Stücke, die er von seinem Vater niemals aufgenommen hat) Wer schon mal bei einem Konzert von Bernard Allison war oder seine Diskografie gut kennt, weiß, wie viel es ihm bedeutet, das musikalische Erbe seines Vaters am Leben zu erhalten. Dies tut er zumeist in einem funkigen, am Rock orientierten Stil, der sich klar von dem traditionellen Blues unterscheidet, mit dem er aufgewachsen ist. Hört hier die Klassiker wie „Bad Love“ etc.

WWW.RTP-BONN.DE

PILEDRIIVER
TRIBUTE TO STATUS QUO
1.3.
Beginn: 19 Uhr
ABGESAGT

GROBSCHNITT
6.3.
Beginn: 19 Uhr

EDENBRIDGE
„SET THE DARK ON FIRE“ TOUR 2026
Support: FLOWERLEAF, MIRACLE FLAIR
12.3. 26 Beginn: 19:30 Uhr
KUBANA Siegburg
Zeithstr. 100

BERNARD ALLISON
31.3.
Beginn: 20.00 Uhr

Bonn - HARMONIE

COLOSSEUM
„OUT IN THE FIELDS“ TOUR 2026
Chris Farlowe, Clem Clempson, Mark Clarke
BS, BERNARD ALLISON, NICK STEED, KIM NISHIKAWARA
29.3. Beginn: 20 Uhr
Köln - STOLLWERCK
Dreikönigenstr. 23

DANA FUCHS
1.4.
Beginn: 20 Uhr

KRISSY MATTHEWS
THE WOMEN OF THE BLUES
KRISSEY MATTHEWS, KIM ALLEN LUCAS
4.4. Beginn: 19:30 Uhr
Bonn-HARMONIE

Hardtberg Kultur: Literaturgespräch im Kulturzentrum

Der Literaturkreis im Kulturzentrum Hardtberg, Rochusstr. 276, trifft sich am Donnerstag, 12. März um 19 Uhr. Thema des Abends ist das Buch „Die Gleichzeitigkeit der Dinge“ von Husch Josten. Worum geht es? Der Roman von Husch Josten, 2024, der sich philosophisch und sensibel mit Sterblichkeit, Freundschaft und Liebe auseinandersetzt. Erzählt wird von Emmanuel Suri, der sich trotz Lebensfreude intensiv mit dem Tod befasst. Der Roman beleuchtet die Kollision verschiedener Lebenswelten und die Erkenntnis, dass der Tod eines Menschen den Fortgang des Lebens für andere bedeutet. Das Thema wird allerdings auf humorvolle und auch spannende Weise behandelt. Eine Anmeldung ist erforderlich unter „ena.reuter@t-online.de“ oder unter 0228/ 25 84 47.

Weiberfastnacht in Duisdorf

Damenkomitee Blau-Weiss Duisdorf e.V sorgt für Stimmung

Mir donn et för all Karnevalsfründe die zo us kumme von nah und fern om mit uns zu fiere Auch dieses Jahr sorgte das Damenkomitee Blau-Weiß Duisdorf für ausgelassene Stimmung bei seiner Weiberfastnachtsitzung in der Toni-Mai-Halle. Schon das Opening mit den strammen Waden der 19 Dancing Daddys begeisterte die Zuschauer. Weitere tolle Tanzgruppen, wie die Steinenbrücker Schiffermädchen mit ihren Jungs und die Siegburger Funken sowie die Dürscheder Mell-säck beeindruckten mit ihren mitreißenden Tanzformationen und außergewöhnlichen Hebefiguren. Auch Botz un Bötze und Steven Alan mit seiner Bühnenshow waren weitere Highlights. Musikalisch heizten die Gruppen Flönz und SixPack dem Publikum ordentlich ein - so spürten auch die Tollitäten die gute Stimmung und fühlten sich wohl. An alle Künstler, die uns auch dieses Jahr wieder unterstützt haben, vielen Dank für euren Besuch und die Teilnahme an unserer Sitzung. Wir freuen uns schon jetzt auf die neue Session. Der Kartenvorverkauf beginnt am 1. Oktober bei Anne Düren, Tel.: 0177 4048 168 und bei Ingrid Stahl, Tel.: 01520 230 4625

Zehn Jahre Zentrallager Sachspenden Bonn

2016 - 2026 Miteinander - Füreinander

Am 1. März 2016 öffnete das Zentrallager Sachspenden Bonn (ZeSaBo) auf dem Gelände des ehemaligen Postverteilzentrums am Frankenbadplatz erstmals für die Annahme von Warenspenden aus der Bevölkerung. Mit der Gründung des ZeSaBo wurde eine Antwort auf die riesige Spendenbereitschaft der Bürger*innen auf der einen und den enormen Bedarf an Hilfsgütern innerhalb der Geflüchtetenhilfe auf der anderen Seite gefunden. Warenspenden sammeln, prüfen, sortieren und an Menschen mit einem konkreten Bedarf kostenlos ausgeben. Dieses Grundprinzip gilt auch heute noch. Allerdings haben sich in den vergangenen 10 Jahren sowohl die Dimensionen der Versorgung mit Warenspenden als auch deren Abläufe stark verändert. Seit 2016 wurden nahezu zwei Millionen Warenstücke ausgegeben. Allein im Jahr 2025 waren es 490.000. An jedem Öffnungstag des ZeSaBo werden durchschnittlich allein 1.400 Kleidungsstücke an armutsgefährdete Menschen oder Menschen in einer akuten Notlage ausgegeben. Etwa 91.700 Menschen konnten somit bislang in Bonn und weit darüber hinaus mit den gespendeten Waren versorgt werden. Im Jahr 2019 erfolgte der Umzug in das heutige Warenlogistikzentrum auf 1.500 Quadratmetern in der Endenicher Straße 95. Durch die hinzugewonnen Fläche konnte das ZeSaBo insbesondere nach der Flutkatastrophe an der Ahr und in der Voreifel sowie nach Beginn des Angriffskrieges gegen die Ukraine seine Möglichkeiten der Soforthilfe eindrucksvoll unter Beweis stellen. Dabei funktioniert das ZeSaBo in der Struktur eines Großhandels, d.h. nur registrierte Kund*innen können Waren abholen. Seit Gründung haben sich über 960 institutionelle und über 720 private Kund*innen registriert. Diese kümmern sich - beruflich oder privat - um Menschen, denen es nicht gut geht. Sei es aus finanziellen oder psychischen Gründen und die daher Hilfe von außen benötigen. Unser Slogan „Wir geben ihre Spende in Helfende Hände“ beschreibt bildhaft die Warenversorgung mittels registrierter Kund*innen. Der Wareneingang wird über stets aktuell gehaltenen Bedarfslisten auf der Webseite www.zesabo.de gesteuert. Dort wird für jede der 13 Abteilungen angezeigt, welche Waren genau benötigt werden. Die Qualitätsanforderungen an die Warenstücke sind so beschrieben, dass jedes ausgegebene Warenstück sofort benutzt werden kann. Ziel ist es, nichts zu entsorgen, sondern alle Spenden sofort weiter verwenden zu können. Seit 2016 haben sich insgesamt 746 Ehrenamtliche im und für das ZeSaBo engagiert. Im Jahr 2025 wurden 12.673 Ehrenamtsstunden erfasst. Das Ehrenamt ist die tragende Säule des ZeSaBo. Ohne die vielen Freiwilligen, die sich zum Teil schon seit vielen Jahre engagieren, gäbe es dieses in NRW immer noch einmalige Spendenlogistikzentrum nicht (mehr). Seit 2022 wurde die städtische Förderung, die in den Anfängen und zu Corona Zeiten sehr wertvoll war, eingestellt. 977 Fördermitglieder, die mindestens 30 Euro pro Jahr zahlen sowie Einzelspender*innen helfen, bei dem wichtigen Thema, die Mietkosten der Halle sowie die Betriebskosten zu finanzieren. Da die Einzelspenden seit 2024 deutlich zurückgegangen sind, ist das ZeSaBo dringend auf zusätzliche Fördermitglieder angewiesen. Die Arbeitsstruktur des ZeSaBo hat sich bewährt. Es besteht kein Problem Ehrenamtliche zu finden und auch die Spendenbereitschaft der Bevölkerung ist uneingeschränkt sehr hoch. Um auch die nächsten 10 Jahre zu überleben, benötigt das ZeSaBo jedoch dringend eine stabile Finanzierung, die sich auf möglichst viele Schultern verteilt. Schon ab 2,50 Euro im Monat kann man als Fördermitglied dafür sorgen, dass weiterhin ohne jegliche kommerziellen Interessen Menschen in Not in Bonn und Umgebung versorgt werden können. Noch fehlen rechnerisch 807 Privatpersonen oder Unternehmen, die das Miteinander - Füreinander in der Bonner Weststadt unterstützen.

Bender & Bender Immobilien Gruppe

Haben Sie eine Immobilie für unsere Käufer?

Wachtberg + 10 km Umkreis

Für eine Familie suchen wir im Umkreis von Wachtberg ein kleines Einfamilienhaus mit Garten, Wfl. ab 120 m² und mind. 3-4 Zimmern.

Preis: offen

Bonn/Zentrumsnähe

Für ein nettes Ehepaar suchen wir eine 2-3 Zi.-Eigentumswohnung, gerne auch im OG mit Balkon und ggf. Aufzug im Haus, Wfl. ab 80 m².

Preis: offen

Alfter

Für ein zukünftiges Rentner-Ehepaar suchen wir einen möglichst barrierefreien Bungalow als Altersruhesitz mit pflegeleichtem Garten.

Preis: offen

Immobilien-Leibrente

Sie möchten in Ihrer Immobilie wohnen bleiben u. zusätzlich noch eine lebenslange Rente beziehen oder eine Einmalzahlung erhalten?

Wir beraten Sie gerne im Detail!

www.bender-immobilien.de

• 0 22 8 / 92 68 71 91

Sieg Reha 2.0 in Alfter



TAG DER OFFENEN TÜR

Ambulantes Gesundheitszentrum Rhein-Sieg-Kreis

Samstag, 14.03.2026 - 10 bis 16 Uhr

Konrad-Zuse-Str. 5 - 53347 Alfter



VORTRÄGE im 2. Obergeschoss

- 10.30 Uhr** **Lungenerkrankungen in Bewegung**
Priv. Doz. Dr. med. Stefan Pabst
Pneumologe
Lungenpraxis Bonn
- 12.00 Uhr** **Arthrose und Knorpelschaden: Das Behandlungsspektrum vom Gelenkerhalt zum Gelenkersatz. Was hilft wann?**
Dr. med. Holger Haas
Chefarzt Orthopädie, Unfallchirurgie & Sportmedizin
Dr. med. Jochen Müller-Stromberg
Chefarzt Allg. Orthopädie, Unfallchirurgie und Sportmedizin
Gemeinschaftskrankenhaus Bonn Haus St. Petrus
- 14.30 Uhr** **Akuter Herzinfarkt-Vorbeugen, Erkennen, Handeln**
PD Dr. med. Luciano Pizzulli
Chefarzt Kardiologie
Gemeinschaftskrankenhaus Bonn Haus St. Petrus

KURSE

im 1. Obergeschoss – Gruppenraum 1

- 10.30 Uhr** Rückenfit
11.30 Uhr Tanzen für alle
12.30 Uhr Psychomotorik –
Bewegung für Körper,
Geist und Seele
13.30 Uhr Yoga zum Mitmachen
14.30 Uhr Rückenfit

www.siegreha.de
info@siegreha.de
Tel.: 0 22 42 | 96 98 80



ATTRAKTIONEN

GANGANALYSE UND GANGTHERAPIE

mit Gewichtsentlastungssystem und integrierter Druckmessplatte.

DIGITALE FITNESSGERÄTE (MILON)

Kostenloses Training/Screening- & Beweglichkeitstests

VERGÜNSTIGTE WERTEKARTEN

SPIROMETRIE – LUNGENFUNKTIONSTESTUNG

WEITERE KOSTENLOSE PROGRAMMPUNKTE:

Blutdruckmessung
Handkraftmessung
Hydrojetmassage
Workshops Atemtherapie

... UND VIELES MEHR

**Leckere Speisen
und Getränke
aus dem
Bistro Balance**



Veranstaltungen im Nachbarschaftszentrum Brüser Berg

Vielfalt malen und erleben:

Wir gestalten gemeinsam Leinwände

Wir laden alle Brüser Berger*innen - Kinder, Erwachsene, Senioren und Seniorinnen - ein, sich mit uns über Vielfalt auszutauschen und im Anschluss ein Bild dazu auf eine jeweils eigene Leinwand zu malen. Alle diese kleinen Vielfalt-Bilder können dann zu einem großen bunten Kunstwerk zusammengestellt werden, das (als Foto) später auch im NBB zu bestaunen ist. Hier könnt ihr mit Nachbar:innen ins Gespräch kommen und nebenbei neue Maltechniken und Materialien ausprobieren. Künstlerinnen der Stadtteilkultur leiten uns an und alle Materialien gibt es vor Ort kostenlos. Die eigene Leinwand kann am Ende mitgenommen werden. Wir freuen uns auf euch!

Samstag, 28. Februar, 14 bis 17 Uhr
Rudelsingen

Wir singen zusammen Schlager der 60er bis 90er Jahre auf deutsch und englisch. Der Text läuft auf der Leinwand mit. Es ist keine Vorerfahrung notwendig, Liedwünsche sind ausdrücklich erwünscht. Wir freuen uns auf euch! *Ruth Mohr*

Sonntag, 1. März, 17 bis 19 Uhr

Mitmachaktion für Groß und Klein: Obstbäume pflanzen am NBB

Durch den Klimawandel wird es auch in Städten immer heißer und Lebensmittel werden immer teurer. Deshalb wollen wir im Innenhof vom NBB gemeinsam drei neue Obstbäume pflanzen, die unserer Nachbarschaft im Sommer Schatten und im Herbst gesundes Obst schenken. Wir sprechen auch darüber, wie die Klimakrise verschiedene Menschen unterschiedlich betrifft und wie wir gemeinsam für mehr Gerechtigkeit sorgen können. Dazu gibt es heißen Saft und leckeren Apfelkuchen. Menschen jeden Alters sind herzlich willkommen mitzumachen.

Mitbringen: Feste Schuhe und warme Klamotten; Kein eigenes Werkzeug notwendig

Mit: Most & Trester - mobile Mosterei

Samstag, 7. März, 13 bis 17 Uhr

Bunte Steine, Starke Gemeinschaft Gemeinsame Kunstaktion

Für eine Ausstellung im Innenhof des Nachbarschaftszentrums im April unter dem Motto „Vielfalt, Toleranz und Freiheit“ wollen wir eine Spirale von vielfältig bemalten, beschrifteten, beklebten etc. Steinen machen.

Es wäre sehr schön, wenn sich viele Brüser Berger:innen daran beteiligen würden. Auch Eltern mit Kindern sind herzlich willkommen. Steine und sonstiges Material wird gestellt (sie können aber auch gerne eigenes mitbringen). Anne Hensgen/Stadtteilkultur Brüser Berg

Dienstag, 10. März, 10 bis 13 Uhr
Im Atelier der Stadtteilkultur, Borsigallee 12

Mehr Demokratie im Alltag - Mitreden und Mitgestalten

Demokratie ist mehr als nur Wahlen. Wir können uns auf verschiedensten Wegen für unsere Interessen und Werte einsetzen. Aber wie geht das genau? Wie können wir unsere Gesellschaft und unser Viertel gemeinsam gestalten? In diesem Workshop möchten wir uns mit Ihnen darüber austauschen, welche verschiedenen Möglichkeiten es gibt, sich einzubringen und einige Mitgestaltungswege genauer kennenlernen. Außerdem möchten wir konkret darüber sprechen, wo Ihre Interessen am besten gehört werden. Alle Nachbar:innen sind eingeladen, Themen mitzubringen!

Freitag, 13. März, 16 bis 19 Uhr

Die Veranstaltung wird in Kooperation mit der Stiftung Mitarbeit und der Initiative Stadtteilkultur organisiert.

Dokumentarfilm-Abend - Abenteuer Freiheit - von der Wüste bis zum Himalaya

Eine vierköpfige Familie bereist im umgebauten Mercedes Oldtimer die Welt. Das Kulturteam NBB lädt Sie herzlich ein zu einem gemütlichen, gemeinsamen Dokumentarfilmabend im NBB!

Samstag, 14. März, 19 bis offen (Einlass ab 18:30 Uhr)

Die Veranstaltungen des Kulturteams werden mitfinanziert aus Kollektenmitteln der Diakonie RWL

Digitale Nachhilfe

Hier werden Sie bei der Nutzung Ihres Smartphones unterstützt! Egal ob WhatsApp, Bilder, Wegbeschreibung oder E-Mails: Bei der Digitalen Nachhilfe im NBB können Sie sich von unseren Anleiter:innen bei einer Tasse Kaffee alle Fragen beantworten lassen.

Jeden Dienstag, 16 bis 18 Uhr

Weitere Angebote sind im NBB und auf der Homepage www.nachbarschaftszentrum.de erhältlich.

Veranstaltungen des Nachbarschaftszentrums Brüser Berg

Kompaktkurs

Computer und Notebook verstehen und anwenden

Sie lernen Computer, Notebook und ihre Möglichkeiten kennen und erlangen grundlegende Kenntnisse im Umgang mit den Geräten. Einzelne Bereiche werden genauer betrachtet, zum Beispiel die Apps, das Internet, Benutzeroberflächen, Dienste im Internet, der Internet-Anschluss und die Zusammenarbeit Computer und Smartphone.

Es gibt jeweils einen Theorie- und einen Praxisteil. Der Kurs wendet sich an alle Interessierten, die über

ein PC, Notebook und Smartphone verfügen, aber nicht sicher sind, welche Dinge man damit erledigen kann, oder ob die Nutzung eines Smartphones Vorteile bringt. Für alle Teilnehmenden ist ein Notebook vorhanden.

Egon Troles

Kurszeitraum: 2. bis 6. März, 9:30 bis 13 Uhr

Kostenlos; Bitte im NBB anmelden

Findet statt in der Borsigallee 23 (Emmaus-Kirche)

Nachbarschaftszentrum Brüser Berg
Fahrenheitstraße 49

53125 Bonn

Ingenieurbetrieb

Eichwald

Metallbau

Seit über **50** Jahren

Winterrabatt 7%
auf den Einkaufspreis
bis zum 28.02.2026

- Die perfekte Tür für den Sommer und Winter
- Maßgefertigtes Design
- Ausgezeichnete Wärmedämmung
- Höchste Sicherheitsstandards

Tel.: 02241 3979 80 ■ info@metallbau-eichwald.de
Am Siemensbach 2 - 4 ■ 53757 Sankt Augustin

www.metallbau-eichwald.de

75 JAHRE RHEINISCHE

FRANZ AACHEN

MARKISENMANIFAKTUR
ZELTE UND PLANEN GMBH

MARKISEN & NEUBEZÜGE

JETZT WINTERPREISE NUTZEN!

Infos & Termin unter: **0228 - 46 69 89**
Röhlstr. 27 · 53227 Bonn-Beuel · info@franz-aachen.com

Hardtberg Kultur: Bossa Nova Club - Brazilian Songs meet Jazz

Am Sonntag, 8. März ist der Bossa Nova Club mit Brazilian Songs und Jazz ab 11 Uhr im Kulturzentrum Hardtberg zu Gast. Die Sängerin Irma Coerschulte bringt mit ihrer ausdrucksvollen Stimme die

Leichtigkeit der brasilianischen Lebensart zum Klingen und singt von der Liebe und dem Leben, von Saudade und Alegria. Cool und entspannt spielt die Bossa Nova, Samba und auch Jazz-

Standards, stilvoll und überwiegend auf Portugiesisch dargeboten, der Muttersprache des Bossa Nova. Viele der Songs hat Irma von Reisen nach Rio de Janeiro mitgebracht. Für das jazzige Ge-

wand der Titel sorgen vier versierte Musiker: Ean Gidman (Saxophone, Flöte), Peter Scholly (Piano), Rafael Stolarski (Bass) und Volker Venohr (Drums). Freier Eintritt ab 10:30 Uhr

Anzeige

Fitnessstudio Aktivo sammelte bei Weihnachtsaktion für den NABU und übergibt Spende



Bei der Scheckübergabe (v.l.) Bernd Zimmermann, Peter Meyer von NABU und Markus Dörmbach vom Aktivo (Foto SAPIR)

Alfter-Oedekoven „Fit im Besten Alter“. Mit diesen Worten lässt sich das Angebot des Fitnessstudios an der Chateaufstraße am besten umschreiben. Es wird Training für die Altersgruppe 60plus in den Bereichen gesunder Rücken und Gelenke, Fit mit Diabetes und starke Knochen angeboten. Das Aktivo versteht sich auch als Treffpunkt in dem es nicht nur um den Sport an sich geht. Markus Dörmbach (Gründer und Inhaber des Aktivos) freute es am 19. Februar einen Scheck in Höhe von € 1000 an den NABU Kreisgruppe Bonn/Rhein-Sieg überreichen zu können. „Jedes Jahr sammeln wir zu Weihnachten für ein lokales Projekt“, erklärt Dörmbach. Die Mitglieder spenden gerne und bei dieser Aktion wurde in Zusammenar-

beit mit dem Studio in Köln gesammelt. Das Geld geht an den NABU für das Projekt „Joern“. Die „Joern“ ist ein Waldgewässer im Ortsteil Gielsdorf bei der die Verlandung gestoppt werden soll. Die Verlandung ist ein natürlicher Prozess, bei der stehende Gewässer durch die Ansammlung von organischem Material (z.B. Blätter) flacher werden bis sie schließlich wieder zu Land werden. „Wir benötigen einen Bagger, mit dem wir das Material aus dem Wasser holen können. Zusätzlich soll eine Heckenbepflanzung um das Gewässer für die Waldvögel angelegt werden“, erklären Peter Meyer (2. Vorsitzender des NABU) und Bernd Zimmermann das Vorhaben des NABU an der „Joern“. Der NABU Kreisgruppe Bonn ist in Swisttal-Dünsteko-

ven auf einem 50 Hektar großen Gebiet ansässig. Auf der ehemaligen Kiesgrube fördert der NABU die Biodiversität. Das bedeutet das auf abgemagerten Böden die Tier- und Pflanzenwelt erhalten wird. In Swisttal ist es gelungen die Sandbiene, verschiedene Libellenarten, Froscharten

(darunter auch die Unke) und Vogelarten wieder anzusiedeln. Sogar die Gottesanbeterin wurde gesichtet. Äußere Einflüsse belasten die Natur. Fit kann sie wieder mit der Spende aus dem Fitnessstudio gemacht werden. (SAPIR)



aktivio
TRAINING & REHA

Ein starker Beckenboden auf Knopfdruck!

Das effektive Beckenbodentraining mit Magnetwellen.

EMP
CHAIR
PRO



• Inkontinenz • Rückbildung
• Rückenschmerzen • Libidoverlust

Chateaufstr. 1-5
53347 Alfter
Tel : 0228 - 92892644

www.aktivo-alfter.de
info@aktivo-alfter.de
/aktivio.trainingreha

Das traditionelle Fischessen und chinesische Neujahrsfest der Bönnsche Chinesen



von links: Senatspräsident Georg Goetz, neue Senatorin Barbara Brumhard-Rehmann und Vorsitzender Michael Zöllner.



von links: Präsident Ulrich Rehmann, 1. Vorsitzender Michael Zöllner. Unser ältestes Mitglied Edith Rehmann (104 Jahre alt) und Schriftführerin Barbara Brumhard-Rehmann.



Bosch Car Service Kopp

Profi KFZ-Werkstatt für Reparaturen und Serviceleistungen für alle Marken.

Unser Bosch Service besticht durch faire Preise und original Bosch-Ersatzteile.

Alljährliche Inspektion oder eine Abgasuntersuchung? Kein Problem, wir sind der starke Partner an Ihrer Seite!

- Transparenz, guter Service & super Bosch-Qualität
- Inspektion und Wartung • Elektronik Service
- Bremsen Service • Heizung Klima • Motorservice



Schöntalweg 15
53347 Alfter-Oedekoven
Tel.: 02 28 / 62 32 01
Fax: 02 28 / 62 46 72

Öffnungszeiten
Montag - Donnerstag
von 8.00 - 17.30 Uhr
Freitag von 8.00 - 13.00 Uhr

Reparatur-Annahme/Verkauf
geöffnet ab 7.30 Uhr





Kneiptour des Bad Godesberger Prinzenpaares am 13.02.2026 im Kaiser Garden



Rosenmontagsteilnahme in Bonn



DANKE!

Wir danken unseren Mitgliedern,
Sponsoren, Freundinnen und Freunden
herzlich für die Treue und Unterstützung.

Kultur- und Karnevals-Gesellschaft
BÖNNISCHE CHINESE e.V.



www.boennsche-chinese.de

Ankauf Reinhardt

Antiquitäten & Haushaltswaren

Kein Weg ist uns zu weit!

Kostenlose Haustermine im Umkreis von 100 km.

www.auktionshaus-reinhardt.de



Wir kaufen an:

- Barock, Jugendstil und Art Deco Möbel
- Meissen Porzellan
- Musikinstrumente
(z.B. Geige, Gitarre, Akkordeon)
- Ölgemälde
- Münzen und Münzsammlungen
- Armbanduhren & Taschenuhren
- Porzellanfiguren (gerne Meissen)
- Militaria vom 1. + 2. Weltkrieg
- Modeschmuck vor 1990
- Nähmaschinen
(bitte nur Singer, Phoenix und Pfaff)
- Silberbesteck 80er, 90er, 100er Auflage
- Kaiserzeit Krüge
- Briefmarken vor 1945
- Zinn (Teller, Krüge, Gläser u.s.w.)
- Alte Post- & Ansichtskarten
(z.B. Feldpost)
- Antikes Spielzeug
- Kronleuchter
(Kristall, Messing und Zinn)



Inhaber: A. Reinhardt

Termine nach Vereinbarung

02246 - 957 42 50

oder 0179 90 38 124

Hauptstraße 127 • 53797 Lohmar

Aus der Arbeit der Parteien CDU

CDU Hardtberg feiert Karneval



Die CDU Hardtberg beim Lengsdorfer Karnevalsumzug

Der Regen hält die Lengsdorfer nicht auf. Die CDU Hardtberg hat unter dem Motto: „Hardtbergbahn oder Westbahn? Egal, Hauptsache d’r Zoch kütt!“ wieder am Lengsdorfer Karnevalsumzug teilgenommen. Unser Bezirksbürgermeister Christoph Schada von Borzys-

kowski hat die Truppe u. a. mit den Hardtberger Bezirksverordneten Jan Brockman, Bert Moll & Christian Weiler angeführt. Auch Thomas Fahrenholtz (BV Bonn) hat mit seiner Teilnahme ein Zeichen für die Hardtbergbahn gesetzt.

Herbert Frohn

Ende: Aus der Arbeit der Parteien CDU

Aus der Arbeit der Parteien Bündnis90 / Die Grünen

Kleine Menschen, große Träume

Große Freude an der Gemeinschaftsgrundschule Medinghoven: Die Hardtberger Grünen haben 30 Bände aus der Reihe „Little people - big dreams“ dem Schülerparlament übergeben, finanziert aus privaten Spenden von Mitgliedern. Im Dezember 2025 hatte die Bezirksfraktion der Hardtberger Grünen

beantragt, einen Teil des Bezirkshaushalts für die Ausstattung der Schulbibliothek zu verwenden, was leider in der Bezirksvertretung keine Mehrheit fand. Nach Auffassung der Grünen Bezirksfraktion ist es jedoch gerade in der GGS Medinghoven wichtig, Lese- und Sprachförderung zu unterstützen: Hier ler-

nen besonders viele Kinder aus Familien mit Migrationsgeschichte, und es werden über 30 verschiedene Sprachen gesprochen. Die Freude der Kinder war riesig. Mit großer Begeisterung vertieften sie sich in die Bücher und stellten viele Fragen. Die Buchreihe beschreibt berühmte Persönlichkeiten aus den

Bereichen Forschung und Wissenschaft, Sport, Musik, Kunst und Politik und ihre Entwicklung vom kleinen Menschen zur Ikone. Die Botschaft: „alle Menschen können es schaffen“. Für alle kleinen Leute mit großen Träumen...

Anna Fiorà

Jens Krause

Ende: Aus der Arbeit der Parteien Bündnis90 / Die Grünen

Aus der Arbeit der Parteien SPD

Beratungsangebot der SPD wird erweitert
SPD-Fraktion bietet nun auch Arbeitsrechtsberatung an

Die Mieter- und Sozialberatung der SPD-Fraktion hilft vielen Menschen schon seit Jahren ganz konkret weiter. Neu im Angebot der SPD-Fraktion im Rat der Stadt Bonn ist eine **kostenlose Arbeitsrechtsberatung**. Sie findet dienstags von 17 bis 19 Uhr statt und ergänzt das bestehende Beratungsangebot zu Miet-, Sozial-

und Aufenthaltsfragen. Wer Fragen zu Nebenkostenabrechnungen, Aufenthaltsstatus oder Sozialleistungen wie dem Bürgergeld hat, findet bei der SPD-Fraktion im Rat der Stadt Bonn kompetente Unterstützung. Die Fraktion bietet eine kostenlose und ehrenamtliche Beratung zu Miet-, Sozial-, Aufenthalts- und nun auch ar-

beitsrechtlichen Fragen an. Die Beratung übernehmen der Rechtsanwalt Alois Saß sowie der frühere Landtagsabgeordnete Bernhard „Felix“ von Grünberg. Die persönliche Sprechstunde von Felix von Grünberg findet in der Regel donnerstags von 16 bis 19 Uhr im Alten Rathaus, Rathausgasse 5 - 7, statt. Alois Saß bietet

donnerstags von 17 bis 19 Uhr eine Telefonsprechstunde an. Eine Beratung ist jeweils **nur mit vorheriger Terminvereinbarung** möglich. Termine können während der Geschäftszeiten telefonisch unter **0228-775105** oder per E-Mail an **spd.mieterberatung@bonn.de** vereinbart werden.

Leon Schwarze

Ende: Aus der Arbeit der Parteien SPD



Einmalige Kunstwerke aus dem Wald

Wie faszinierende Furnierbilder entstehen

Zülpich. Nachhaltigkeit und ein bewusster Umgang mit Ressourcen gewinnen für viele Menschen zunehmend an Bedeutung. Ein Material, das diese Ansprüche nahezu mühelos erfüllt, ist Furnier: hauchdünn geschnittenes Holz aus aus-

gewählten Bäumen, die sich besonders gut für die Furnierherstellung eignen. Doch Furnier kann weit mehr, als nur „Natur pur“ zu sein. Aus dem edelsten Teil des Baumes entstehen - je nach Art der Zusammenstellung - echte Unika-



Hier entfaltet das Furnier der Asteiche seine außergewöhnliche Wirkung. Fotos: Thomas Bechtold | Freier Architekt



Tobias Gregor
TISCHLERMEISTER

Beratung | Planung | Ausführung

- Möbel (für Wohn-, Küchen-, Bad- und Schlafbereich)
- Boden-, Wand- und Deckenbeläge
- Holz- und Kunststofffenster
- Zimmertüren, Haustüren aller Art
- Fenster-Reparatur und Wartung
- **Einbruchssicherung**
- **Brandschutz**

Klara-M.-Faßbinder-Straße 7a
53121 Bonn
fon 02 28 /3 69 58 03
www.tobiasgregor.de

**MIT SICHERHEIT
IHR TISCHLER**

te, die es so kein zweites Mal auf der Welt gibt. Sie ziehen Betrachter sofort in ihren Bann und schenken etwa einem furnierten Möbelstück oder einer veredelten Oberfläche Tag für Tag eine nachhaltige, extravagante Ausstrahlung.

Furnieroberfläche ist nicht gleich Furnieroberfläche. Zu der im Baum gewachsenen Einzigartigkeit jedes einzelnen Furnierblattes kommt das kunstvolle Zusammensetzen der Blätter zu einem harmonischen Gesamtbild. „Die Mitarbeitenden in der Furnierindustrie, die Furnier-

oberflächen in allen denkbaren Größen planen und fertigen, vereinen handwerkliches Können mit einem ausgeprägten künstlerischen Blick. Der Kundenwunsch ist das eine - doch was am Ende entsteht, stellt Auftraggeber aus der Möbel-, Automobil- und Bodenbelagsindustrie sowie aus dem Innenausbau immer wieder aufs Neue mehr als zufrieden“, erklärt Dirk-Uwe Klaas, Geschäftsführer der Initiative Furnier + Natur (IFN).

Wie Furnier durch verschiedene Fügearten zur Kunst wird

SCHÖNE STEINE FÜR TERRASSE, EINFAHRT GARTEN, WEGE, PLÄTZE

Täglich bis
21 Uhr geöffnet
**IDEEN-
GARTEN**

Maarstr. 85-87
Bonn

www.koll-steine.de

Jetzt kostenlos Katalog anfordern:
T: (0228) 4 0064-0 · service@koll-steine.de
KOLL Steine · Maarstr. 85-87 · 53227 Bonn

koll
STEINE



Ein Meisterwerk der Natur: Diese Kommode zeigt auf perfekte Weise, was alles mit Furnier möglich ist. Fotos: Bleier Lebensräume

RUND UM MEIN ZUHAUSE

Um Furnierbilder zu gestalten, kommen unterschiedliche Techniken zum Einsatz. Beim sogenannten „Stürzen“ werden die Blätter so ausgewählt und gelegt, dass sie sich spiegeln - eine Optik, die besonders bei lebhaft gemaserten Hölzern beeindruckt. Beim „einfachen Stürzen“ wird eines von zwei übereinanderliegenden Blättern entlang einer Längs- oder Querfuge aufgeklappt. Beim „doppelten Stürzen“ hingegen wird jedes zweite Blatt eines Viererpakets sowohl senkrecht als auch waagrecht geklappt. Dadurch entstehen dynamische Furnierbilder mit Kreuzfugen, die sogar diagonal verlaufen können. Das „Schieben“ erzeugt dagegen ein ruhigeres, klassischeres Bild. Hier werden die Blätter ohne Umdrehen nacheinander vom Stapel genommen und aneinandergerichtet. Die Maserung wiederholt sich, ohne symmetrisch zu wirken - ein zeitloser, eleganter Effekt. Sind die Furnierblätter gefügt, werden sie verklebt und fein geschliffen. „Anschließend folgt die Ober-

flächenbehandlung - zum Beispiel mittels Beizen, Ölen, Wachsen oder durch den Einsatz von Lacken und Lasuren. Dadurch wird die natürliche Maserung noch stärker hervorgehoben“, erläutert Klaas. Und er fasst zusammen: „Furnier ist nach seiner Verarbeitung so schön und



Richtig zusammengefügt könnte man manches Furnierblatt als individuelles und nachhaltiges Kunstobjekt an die Wand hängen. Fotos: Schorn & Groh GmbH

einzigartig, dass man beinahe versucht ist, es wie ein Kunstwerk hinter Glas an die Wand zu hängen. Gleichzeitig bleibt es ein Stück Natur, schont Ressourcen und vere-

delt große Flächen mit minimalem Materialeinsatz. Ein echter Allrounder für naturverbundene Individualisten.“ IFN/DS Initiative Furnier + Natur e.V.



RBS
Bonn GmbH
Meisterbetrieb

Ihr Spezialist für
Leckageortung & Bautrocknung

Broichstraße 77 • 53227 Bonn • Tel.: (0228) 946 944 58
www.rbs-bonn.de • www.rbs-bonn.de

Rohrbruchortung
Bautrocknung
Schadenmanagement



Einbruchsicherung

- + Eingetragener Errichterbetrieb
- + Mitglied im Netzwerk „Zuhause sicher“
- + Qualifizierte Beratung und Montage

Schreinerei
JAKOBS®
ZUVERLÄSSIG UND SAUBER

WWW.JAKOBS-BONN.DE



📍 Christian-Lassen-Straße 16, 53117 Bonn

☎ 0228 422 446-0

✉ info@jakobs-bonn.de

Die nächste Ausgabe erscheint am:
Samstag, 14. März 2026
Annahmeschluss ist am:
06.03.2026 um 10 Uhr

RAUTENBERG MEDIA Zeitungspapier –
PEFC & FSC:
Made of paper awarded the EU Ecolabel
LIC no. NOR/011/002, supplied by Norske Skog

IMPRESSUM

WIR HARDTBERGER

HERAUSGEBER, DRUCK UND VERLAG

RAUTENBERG MEDIA KG
Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf
HRA 3455 (Amtsgericht Siegburg)
USt-ID: DE214364185
Komplementär: Dr. Franz-Wilhelm Otten
Tel. 02241 260-0
willkommen@rautenbergberg.media

Verantwortlich für den redaktionellen Teil,
gemäß § 18 Abs. 2 MStV:
Nathalie Lang und Corinna Hanf
Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Dunja Rebinski

ERSCHEINUNG 14-täglich

RUBRIKWEISE

INHALTLICHE VERANTWORTUNG

Politik (Mitteilungen der Parteien):

CDU Herbert Frohn
SPD Gabi Mayer
Bündnis 90 / Die Grünen Jens Krause

Die inhaltliche Verantwortung für die Beiträge in den oben
genannten Rubriken liegt bei den jeweils benannten Personen
bzw. Institutionen. Die Redaktion nimmt keine inhaltliche
Prüfung dieser Beiträge vor.

Verteilung & rechtliche Hinweise

Kostenlose Haushaltsverteilung in Bonn-Hardtberg. Keine
Zustellgarantie. Einzelheft: 5,00 € zzgl. Porto (Bestellung
über die Herausgeberin). Geschützte Warenzeichen sind
meist nicht gesondert gekennzeichnet; fehlende Hinweise
begründen kein Nutzungsrecht. Namentlich gekennzeichnete
Beiträge geben nicht zwingend die Meinung der Redak-
tion wieder.

Pressematerial & eingesandte Inhalte

Eingesandtes Material wird nicht zurückgesandt. Ein An-
spruch auf Veröffentlichung besteht nicht. Die Einreichenden
haften für Inhalte, Richtigkeit und vollständige
Quellenangaben. Mit der Einreichung wird Rautenberg Me-
dia ein einfaches Nutzungsrecht zur Veröffentlichung in
Print- und Onlinemedien eingeräumt – auch für Bildmate-
rial. Die Einreichenden garantieren die Rechteinhaber-
schaft und stellen Rautenberg Media von Ansprüchen Dritter
frei. Bei versehentlichem Weglassen von Namens- oder
Quellenangaben verzichten sie auf daraus entstehende An-
sprüche. Fremdbeiträge erscheinen auf Verantwortung der
jeweiligen Einreichenden. Die Redaktion wählt aus und be-
arbeitet, übernimmt aber keine Haftung für Inhalte.

KONTAKT

MEDIENBERATERIN

Stefanie Atan
Fon 02241 260-172
st.atan@rautenbergberg.media

VERTEILUNG

Regio Presse Vertrieb GmbH
mail@regio-pressevertrieb.de
regio-pressevertrieb.de

VERKAUF Fon 02241 260-112

verkauf@rautenbergberg.media

REDAKTION Fon 02241 260-250 / -212

redaktion@rautenbergberg.media

RAUTENBERG MEDIA ONLINE

rautenbergberg.media
facebook.de/rautenbergmedia
instagram.de/rautenberg_media
youtube.com/@rautenbergmedia

ZEITUNG

wir-hardtberger-online.de/e-paper

SHOP

rautenbergberg.media/anzeigen

LOKALER GEHT'S NICHT

Für Nordrhein-Westfalen publiziert Rautenberg Media über 80 Städte- und Gemeinde-
zeitungen. Lernen Sie uns als 360° Media-
Partner auch bei DRUCK, WEB und FILM
kennen.



- ZEITUNG
- DRUCK
- WEB
- FILM

PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN

ONLINE BESTELLEN

www.rautenbergberg.media/kleinanzeigen

Angebote

Land u. Forst

SCHNEIDWERKZEUGMECHANIKER
(m/w) gesucht,

Schwerpunkt Präzisions-Mäh-
aggregate, Müller Maschinen Troisdorf,
02241-9490911

Gesuche

Kaufgesuch

Frau Stefan kauft:

Pelze, Lederjacken, Schreib-, Nähma-
schinen, Abendgarderobe, Porzellan,
Zinn, Krüge, Trachten, Taschen, Uh-
ren, Münzen, Schmuck, Zahngold,
Silberbesteck, Bilder, Ölgemälde, Bern-
stein, Hirschgeweihe, seriöse Kaufab-
wicklung. Tel.: 0177/4278838, Mo-So,
9-20 Uhr.

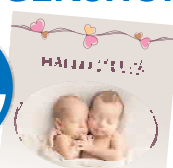


Ameisenbären
besitzen
keine
Zähne.

Familien

ANZEIGENSHOP

GEBURT12.1
43 x 90 mm
ab 52,00



Für alles was wirklich zählt!
shop.rautenbergberg.media

Fragen zur Verteilung?

mail@regio-pressevertrieb.de

www.regio-pressevertrieb.de

REGIO • pünktlich • zielgerichtet • lokal
PRESSE VERTRIEB GmbH
Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG



ANKAUF

ACHTUNG: Kaufe Trachtenmode und Trachten-
Accessoires, Lederkleidung, Abendgarderobe, Pelzmäntel,
Pelzjacken, Teppiche, antike Ölbilder, Porzellan, Näh und
Schreibmaschinen, Puppen, versilberte Bestecke,
Briefmarken, Münzen, Luxusuhren, Silber & Schmuck.

Kostenlose Hausbesuche Familie Florian. Tel.: 0176 400 67 815.

KLEINANZEIGEN
PRIVAT & GESCHÄFTLICH
ONLINE BESTELLEN

rautenbergberg.media/kleinanzeigen

Ihre private*
KLEINANZEIGE

bis 100 Zeichen
in dieser Zeitung

ab 6,99 €

*gewerbliche Kleinanzeige ab 13,99 €



RAUTENBERG MEDIA

H^{wir}ardtberger
Bräuer Berg · Duisdorf · Lengersdorf · Medinghoven
einschließlich: Endenich · Lessenich · Röttgen · Ückesdorf
www.wir-hardtberger-online.de

HALLO PRESSESPRECHER/INNEN
PRESSEBEAUFTRAGTE

der **VEREINE – KIRCHEN – SCHULEN** und
anderer Organisationen

Akkreditieren Sie sich gleich jetzt
für das CMSsystem von Rautenberg Media,
um für diese Zeitung Artikel einzustellen:

<https://redaktion.rautenbergberg.media>



Wir freuen uns auf Sie!

■ ZEITUNG ■ DRUCK ■ WEB ■ FILM

NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!



110 POLIZEI
112 FEUERWEHR



A POTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

Samstag, 28. Februar

Flora Apotheke

Clemens-August-Straße 42, 53115 Bonn, 0228/222485

Sonntag, 1. März

Apotheke am Burgweiher

Am Burgweiher 52, 53123 Bonn, 0228/613305

Montag, 2. März

Barbara-Apotheke

Röttgener Straße 128, 53127 Bonn, 0228/281882

Dienstag, 3. März

St. Hubertus-Apotheke OHG

Endenicher Straße 319a, 53121 Bonn, 0228/621646

Mittwoch, 4. März

Glocken-Apotheke

Hauptstraße 234, 53347 Alfter, 0228/9863660

Donnerstag, 5. März

Phönix-Apotheke OHG

Quirinusplatz 5, 53129 Bonn, 0228/231761

Freitag, 6. März

Kosmos Apotheke

Rochusstraße 180, 53123 Bonn, 0228/614399

Samstag, 7. März

Sebastian-Apotheke

Clemens-August-Straße 60, 53115 Bonn, 0228223330

Sonntag, 8. März

Schwanen Apotheke

Rochusstraße 118-120, 53123 Bonn, 0228/42289902

Montag, 9. März

Mühlenhof-Apotheke

Im Mühlenbach 2, 53127 Bonn, 0228/257577

Dienstag, 10. März

Roncalli Apotheke

Roncallistraße 43, 53123 Bonn, 0228/647092

Mittwoch, 11. März

Herz-Apotheke

Oppelner Straße 130, 53119 Bonn, 0228/97626845

Donnerstag, 12. März

Antonius Apotheke Bonn

Am Kettelerplatz 10, 53121 Bonn, 0228/661344

Freitag, 13. März

Sonnen-Apotheke

Kronenstraße 6, 53347 Alfter, 02222/93320

Samstag, 14. März

Universum-Apotheke

Bertha-von-Suttner-Platz 9, 53111 Bonn, 0228/638455

Sonntag, 15. März

Engelbach-Apotheke

Buchholzstraße 2, 53127 Bonn, 0228/282229

9 Uhr bis 9 Uhr Folgetag

Angaben ohne Gewähr

ÖRTLICHE NOTDIENSTE

Zahnärztlicher Notdienst

01805 / 98 67 00

Kinderärztlicher Bereitschaftsdienst

0228 / 24 25 444

Krankenhäuser

Universitätskliniken, Venusberg

0228 / 287-0

Giftnotruf-Zentrale Bonn (Uni-

Klinik)

0228/28733211

0228/19240

Tierärzte

Tierärztliche Klinik für Kleintiere Windeck

02292 / 50 51

Tierärztliche Klinik für Pferde

Aggertal, Lohmar-Wahlscheid

02206 / 91 04 10

GELD-ABZOCKER

Seien Sie KLÜGER als die BETRÜGER!

Geben Sie **kein Bargeld** an angebliche Polizist*innen oder Ihnen unbekannte Personen (Arzt, Notar...). Lassen Sie sich **telefonisch nicht bedrängen, Bargeld zu geben**, zum Abholen bereit zu legen oder Geld zu überweisen. **In solchen Fällen bitte die 110 wählen** und die Polizei informieren!

NOTFALLSCHUBLADE

Das gehört in eine gut erreichbare **Notfallschublade** in Ihrer Wohnung/Ihrem Haus:

1. Taschenlampe
2. Kerze/Streichhölzer
3. Batteriebetriebenes Radio (um Hinweise der Feuerwehr/Polizei empfangen zu können)
4. Powerbank zum Aufladen des Handys
5. DIESE SEITE mit allen wichtigen Notrufnummern

POÉTES

Kanaltechnik

www.poeteskanaltechnik.de

- Rohrreinigung
- Kanal TV-Untersuchung
- Dichtheitsprüfung
- Kanalsanierung mit Inlinertechnik

Euskirchen: 02251 -51067

Rheinbach: 02226 -91 13 10

Notdienst: 0700 -47 06 47 06
(zum Ortstarif)

ALLGEMEINE NOTDIENSTE

- Polizei-Notruf **110**
- Feuerwehr/Rettungsdienst **112**
- Ärzte-Notruf-Zentrale **116 117**
- Gift-Notruf-Zentrale **0228 192 40**
- Telefon-Seelsorge **0800 111 01 11 (ev.)**
0800 111 02 22 (kath.)
- Nummer gegen Kummer **116 111**
- Kinder- und Jugendtelefon **0800 111 03 33**
- Anonyme Geburt **0800 404 00 20**
- Eltern-Telefon **0800 111 05 50**
- Initiative vermisste Kinder **116 000**
- Opfer-Notruf **116 006**



GEGEN GEWALT

Menschen, die Gewalt erleben oder erlebt haben.

- Telefon-Nummer für Frauen **116 016**
- Telefon-Nummer für Männer **0800 12 39 900**

Neu in Duisdorf: Pilates-Reformer im Pilates-Atelier von Enjoy Pilates Bonn

Ganzkörpertraining auf dem „Schlitten“

Ein großer, gemütlich wirkender und lichtdurchfluteter Raum, eine breite Spiegelwand und aus Buchenholz gefertigte Pilates-Reformer-Geräte, beeindruckend beim Betreten des neuen Pilates-Ateliers, Am Burgweiher 21, in Bonn-Duisdorf.

„Mit der Eröffnung des Ateliers ist für mich ein Traum in Erfüllung gegangen“, erzählt die Inhaberin von „Enjoy Pilates Bonn“ Kristina Sender. Seit mehr als zehn Jahren ist Sender als zweifach international zertifizierte Trainerin tätig und betreibt erfolgreich zwei Pilates-Studios mit Mattenunterricht in der Rochusstraße in Duisdorf und in Bad-Godesberg.

Premium Geräte

Der Reformer ist wie ein Schlitten auf Schienen. Dieser Schlitten ist beweglich, hat individuell verstellbare Kopfstütze und Schulterblöcke sowie Handgriffe und Fußschlaufen. Trainiert

wird auf dem Schlitten im Sitzen, Liegen und Stehen. Dabei zieht man an Seilzügen oder drückt die Fußstange gegen einen individuell eingestellten Widerstand. Auch wenn in der letzten Zeit die Posts von Influencern und Promis einen weltweiten Hype um den Reformer ausgelöst haben, „Das Gerät hat Joseph Pilates als Begründer der Pilates-Methode schon vor über 100 Jahren entwickelt“ erklärt Sender und fährt fort: „Mir sind in dem Atelier und für meine Kunden zwei Dinge besonders wichtig: Alle Trainer:innen sind nach einer sehr umfassenden Ausbildung für das Training zertifiziert und die Geräte haben den höchsten Standard mit vielfältigen Einstellungen für jedes Level.“ An den Reformern ist zusätzlich ein Tower angebracht, der weitere Trainingsmöglichkeiten eröffnet.

Ziel des Trainings

Schon Joseph Pilates hatte mit



dem Reformer-Training das Ziel, die Muskulatur gezielt zu stärken und zu dehnen. Pilates auf dem Reformer und dem Tower ist ein sehr wirkungsvolles Ganzkörpertraining. Insbesondere die Rumpfmuskulatur wird angesprochen, also Bauch, Rücken und Beckenboden. Vor allem die tief liegende Muskulatur wird gezielt trainiert. Das Training sorgt dafür, dass sich die Beweglichkeit steigert und die Körperhaltung verbessert. Zudem wird die Kontrolle der Bewegung verbessert sowie Kraft, Koordination und Gleichgewicht gefördert. Und es ist dabei gelenkschonend. Auch für Sportler wie Läufer oder Radfahrer, die häufig eine eher eintönige Muskelbeanspruchung haben, bietet der Reformer eine hilfreiche Ergänzung. Im Pilates-Atelier von Enjoy Pilates Bonn werden die Trainings für die persönliche Betreuung in kleinen Gruppen angeboten. Für die maximal sechs Teilnehmenden steht immer ein zertifizierter Trainer zur Verfügung. „Die genaue Anleitung und Kontrolle der richtigen Ausführung ist wichtig. Das

Training ist schon anspruchsvoll und ohne Betreuung sollte man das nicht machen“, erklärt Kristina Sender. Das Training spricht alle Altersgruppen an.

Wer, gerade als Pilates Neuling, nicht gerne direkt in der Gruppe trainieren möchte, für den bietet Enjoy Pilates auch die Möglichkeit der Buchung von Einzelstunden. Die Unterrichtsdauer beträgt immer volle 60 Minuten.

Trainiert wird in zwei Leveln. Level 1 ist ideal für Einsteiger. Man erlernt step by step die Grundlagen des Gerätetrainings, darunter die richtige Technik und Körperhaltung. Level 2 ist für diejenigen geeignet, die bereits Grundkenntnisse auf den Geräten haben und sich auf dem Reformer schon sicher fühlen.

„Nach einem Training auf den Pilatesgeräten fühlt man sich trotz der Anstrengung entspannt, erfrischt und glücklich“, beschreibt Sender die Momente nach 60 Minuten Training. Kristina Sender und Ihr Team freuen sich auf Sie!

Neueröffnung!

PILATES ATELIER

by

ENJOY
PILATES BONN



REFORMER & TOWER:

KOMPETENT. ACHTSAM. EFFEKTIV.

Mehr Kraft, Stabilität und Körperbewusstsein.



BUCH DEINE PILATES EINHEIT:

www.enjoypilatesbonn.de

Am Burgweiher 21
Bonn-Duisdorf

Tel. 0171 / 566 11 22

